

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №1 «Сказка» города Белореченска

Конспект ООД по физической культуре
в подготовительной группе
"Путешествие в Спортландию"

Провела инструктор ФИЗО:

И.Г Мирчанская

г. Белореченск

Тема: "Путешествие в Спортландию"

Цель: Разностороннее развитие детей средствами физической культуры.

Задачи:

• оздоровительные:

- * формировать потребности детей в активном и здоровом образе жизни;
- * формировать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

• образовательные:

- * закреплять знания детей о видах спорта, разнообразии спортивных упражнений;

- * расширять кругозор детей.

• воспитательные:

- * формировать положительные взаимоотношения между детьми, умение работать в команде, помогать друг другу;
- * обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка, воспитывать выдержку, настойчивость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию;
- * продолжать формировать привычку оказывать посильную помощь в подготовке спортивного инвентаря к занятиям по физической культуре и его уборке;
- * создавать условия для развития у детей положительного эмоционального состояния.

• развивающие:

- * совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения;
- * развивать умение ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на смену основных видов деятельности;
- * развивать силу, быстроту, ловкость, гибкость;
- * совершенствовать умение действовать со скакалкой;

- * упражнять детей в отбивании, бросании и ловле мяча;
 - * развивать координацию движений, чувство ритма, желание красиво двигаться;
 - * развивать слуховое внимание и память;
 - * развивать интеллектуальные способности детей путем связи физкультуры с другими предметами.
- Материал: магнитофон, аудио-диски, скакалки, мячи, баскетбольные стойки, конусы, туннель, гимнастические скамейки, обручи.

I. Вводная часть.

(Звучит детская музыка, дети входят в зал, строятся в одну шеренгу)

Вос-ль - Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас необычное занятие. Нам предстоит интересное путешествие в страну Спортландию. В этой стране все любят заниматься физкультурой и спортом, но в каждом городе есть свои особенности тренировок.

- Хотите побывать в Спортландии? *(Да)*
- Хорошо, но это не легкий путь, преодолеть его смогут только смелые и ловкие, дружные и умелые.
- А вы, ребята, любите заниматься физкультурой? *(Да)*
- А знаете для чего надо заниматься спортом?
- Правильно, я вижу вы готовы к путешествию. Тогда слушайте мою команду - направо, в путь! В дороге нам необходимо хорошо размяться.

(Звучит детская ритмическая музыка).

II. Основная часть.

* Общеразвивающие упражнения в ходьбе по залу, со сменой направления (по кругу; змейкой; по «диагонали»);

- спортивная ходьба;
- ходьба с перекатом пятки на носок;
- ходьба выпадами, в присяде, с движениями рук, с махами ног.

(Меняется музыка. Музыкальное сопровождение в быстром темпе).

* Беговые упражнения:

- с выбрасывание голени назад;
- с выбрасыванием прямых ног вперед,
- бег спиной вперед; и т. д.

* Дыхательные упражнения.

* Основные движения.

- Вот мы и добрались до первого города страны Спортландии.

В этом городе все любят заниматься ГИМНАСТИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ, но не простыми. Это упражнения с предметами, упражнения ритмической гимнастики, сложные связки упражнений.

А какие гимнастические упражнения вы знаете?

(Мостик, березка, колечко, кувырок, и т. д.)

- Ну, что ж, я вижу вам будет интересно попробовать свои силы в этом зале. Смотрите, для вас уже приготовлены скакалки.

(Дети по одному берут скакалки и расходятся по залу).

* Упражнения со скакалкой (II. п.: стоя и сидя) :

- подготовительные упражнения к прыжкам через скакалку;

- разные варианты прыжков через скакалку;

- упражнения сложной координации с использованием лежащей на полу скакалки;

* Дыхательные упражнения;

* Гимнастические упражнения:

- упражнения сидя на гибкость и растяжку;

- связка гимнастических упражнений;

- бег по залу, перепрыгивания через скакалку.

- Я вижу вам понравилось в этом городе, но наше путешествие продолжается. *(Дети кладут на место скакалки, строятся в колонну по одному)*

- И так, в путь! Будьте в пути внимательны. (Спортивная ходьба под маршевую музыку «змейкой», с упражнениями на внимание. Музыка заканчивается, дети останавливаются).

- Ребята, по-моему, мы сбились с пути. Но слышите, какой-то звук. Это кто-то к нам едет. Ой, нет - летит!

(Появляется Карлсон под музыку).

Карлсон: - Здравствуйте, ребята! Еле-еле вас догнал. А Вы меня узнали? Как меня зовут? *(Карлсон)*.

Вос-ль - Карлсон, а как ты в Спортландии оказался?

Карлсон: - Да вот, что-то стал слабнуть мотор, да летать стало тяжело. Решил в Спортландию слетать, подкачаться, фигуру подправить.

Вос-ль - А ты нам дорогу дальше не покажешь.

Карлсон: - Конечно, покажу, но в следующий город пускают лишь тех, кто загадки про спорт отгадывать умеет. Вы. Ребята, умеете? Ну, сейчас проверю. *(Дети отгадывают загадки на спортивную тематику).*

Карлсон: - Молодцы, ребята! Все про спорт знаете, тогда в путь, за мной.
(Под музыку дети идут за Карлсоном, меняя направление движения)

Карлсон прощается - улетает.

Вос-ль - Следующая остановка - СПОРТИВНЫЙ СТАДИОН.

- Какие виды спорта вы, ребята, знаете?

- Хотите здесь позаниматься?

(дети берут мячи, делятся на 2 команды)

* Элементы спортивной игры «Баскетбол» :

- ведение мяча одной рукой;

- броски мяча в баскетбольное кольцо;

- ведение мяча с продвижением по залу, со сменой направления.

Вос-ль - Здесь было интересно. Следующий город далеко, добраться до него нелегко. Перед нами целая полоса препятствия. Сможем ее преодолеть? Поможет нам в этом музыка.

* Полоса препятствий *(2 варианта)* :

- пролезание в «туннель»;

- прыжковые упражнения на гимнастической скамейке;

- прыжки в высоту через препятствия;

- прыжки из обруча в обруч;

* Дыхательные упражнения.

- Молодцы, все преодолели и в самый веселый город Спортландии пришли. В этом городе все любят играть.

* Эстафета «Игольное ушко».

III. Заключительная часть.

- Какие же вы ребята сильные, ловкие и умелые! Очень я рада, что настоящие спортсмены выросли в нашем саду. Хочется мне пуститься в пляс вместе с вами. Потанцуем.

* Ритмическая композиция «До чего дошел прогресс».

- Понравилось вам наше путешествие?

- Какие упражнения больше всего?

- А помогла вам в этом путешествии дружба.

Давайте сделаем вместе «Цветок дружбы» (упражнение на расслабление).

- Всем кто посетил Спортландию, мы дарим спортивные сувениры.
(Под музыку дети уходят из зала).